

Roll No. : .....

Total No. of Questions : 12 ]

[ Total No. of Printed Pages : 4

# APF-2138

M.A. (Final) Examination, 2022

## PHILOSOPHY

Paper - VI, VII, VIII (Viii)

(Philosophy of Yoga)

Time : 3 Hours ]

[ Maximum Marks : 100

### Section-A

(Marks : 2 × 10 = 20)

**Note :-** Answer all *ten* questions (Answer limit 50 words). Each question carries 2 marks.

(खण्ड-अ)

(अंक : 2 × 10 = 20)

**नोट :-** सभी दस प्रश्नों के उत्तर दीजिए (उत्तर-सीमा 50 शब्द)। प्रत्येक प्रश्न 2 अंक का है।

### Section-B

(Marks : 8 × 5 = 40)

**Note :-** Answer any *five* questions out of seven (Answer limit 200 words). Each question carries 8 marks.

(खण्ड-ब)

(अंक : 8 × 5 = 40)

**नोट :-** सात में से किन्हीं पाँच प्रश्नों के उत्तर दीजिए (उत्तर-सीमा 200 शब्द)। प्रत्येक प्रश्न 8 अंक का है।

### Section-C

(Marks : 20 × 2 = 40)

**Note :-** Answer any *two* questions out of four (Answer limit 500 words). Each question carries 20 marks.

(खण्ड-स)

(अंक : 20 × 2 = 40)

**नोट :-** चार में से किन्हीं दो प्रश्नों के उत्तर दीजिए (उत्तर-सीमा 500 शब्द)। प्रत्येक प्रश्न 20 अंक का है।

BR-783

( 1 )

APF-2138 P.T.O.

**Section–A**

(खण्ड–अ)

1. (i) Trividha Dukha  
त्रिविध दुःख
- (ii) Raj Yoga  
राज योग
- (iii) Vritti  
वृत्ति
- (iv) Kriya Yoga  
क्रिया-योग
- (v) Yama  
यम
- (vi) Siddhi  
सिद्धि
- (vii) Chitta Bhoomi  
चित्त भूमि
- (viii) Panch-Kleshas  
पंच-क्लेश
- (ix) Stress Management  
तनाव-प्रबन्धन
- (x) Personality  
व्यक्तित्व

## Section-B

### (खण्ड-ब)

2. Describe the evolution of Sankhya.  
सांख्य के उद्विकास का वर्णन कीजिए।
3. Explain the nature of Bhaktiyoga with example.  
भक्तियोग के स्वरूप को किसी उदाहरण के साथ स्पष्ट कीजिए।
4. Analyse the nature of 'Yoga' in Yoga Philosophy.  
योग-दर्शन में 'योग' के स्वरूप का विश्लेषण कीजिए।
5. Explain the various types of 'Samadhis'.  
'समाधि' के विभिन्न प्रकारों को समझाइए।
6. Mention the benefits of Yoga Practice.  
योगाभ्यास के फायदे बताइए।
7. Explain the role of Yoga in personality development.  
व्यक्तित्व विकास में योग की भूमिका को स्पष्ट कीजिए।
8. What is Pranayama ? Write any *three* Pranayamas and their modes of practice.  
प्राणायाम क्या है ? कोई **तीन** प्राणायाम और उनके अभ्यास के तरीके लिखिए।

## Section-C

### (खण्ड-स)

9. Write an essay on various points to be kept in mind while preparing for practicing Yoga and Pranayama.  
योग और प्राणायाम के अभ्यास की तैयारी करते समय ध्यान में रखे जाने वाले विभिन्न बिन्दुओं पर एक निबन्ध लिखिए।

10. Explain the Eightfold Yoga.

अष्टांग योग की विवेचना कीजिए।

11. Explain the following Sutra with reference :

निम्न सूत्र की सप्रसंग व्याख्या कीजिए :

‘योगश्चित्तवृत्तिनिरोध’

12. Name the Yoga postures included in Suryanamskar. Write the method of practicing Suryanamaskar and benefits.

सूर्यनमस्कार में सम्मिलित आसनों के नाम लिखिए। सूर्यनमस्कार के अभ्यास की विधि और लाभ लिखिए।